

El concepto de adicción

En este capítulo nos ocuparemos específicamente de la problemática de las adicciones a las drogas psicotrópicas y más adelante analizaremos de qué se tratan. Ahora te contamos que son sustancias que actúan en el sistema nervioso central y modifican las percepciones y/o las conductas.

El concepto de **adicción** es relativamente nuevo y es preciso abordarlo de dos maneras:

- ▶ Desde el punto de vista farmacológico, la adicción se analiza a partir de los efectos que las sustancias tienen en el cerebro y, en consecuencia, en otros órganos del cuerpo. Para hablar de adicción se requiere que el uso de la sustancia sea frecuente, que se observe en el individuo el fenómeno llamado **tolerancia** (el consumidor requiere cada vez mayor cantidad de la sustancia para obtener el mismo efecto) y que se genere una **dependencia física** (si se interrumpe su uso, la persona manifiesta una serie de reacciones físicas a las que se denomina **síndrome de abstinencia**). De acuerdo con este punto de vista, la dependencia también se puede dar, por ejemplo, con el juego o las nuevas tecnologías. ➤ **EN PROFUNDIDAD**
- ▶ Desde el punto de vista sociológico, el ser humano ha tenido relación con el uso de drogas desde sus orígenes y este comportamiento ha sido aprobado por la cultura de pertenencia, aunque siempre regulado por una serie de normas. Es importante aclarar que estas normas y las sustancias utilizadas varían en cada cultura y en cada momento histórico. Así, existen dos posibilidades de desviarse de las normas: mediante el uso de sustancias no permitidas, o a través del uso inapropiado de las sustancias permitidas.

¿A qué llamamos droga?

Nuevamente, desde un punto de vista farmacológico, se denomina **droga** a “toda sustancia simple o compleja, natural o sintética, que puede emplearse en la elaboración de medicamentos, medios de diagnóstico, productos dietéticos, higiénicos, cosméticos u otra forma cualquiera que pueda modificar la salud de los seres vivos” (definición de la Farmacopea Nacional Argentina). Teniendo en cuenta esta definición, podemos decir que son drogas una aspirina, un antibiótico, el alcohol, la marihuana o la cafeína. Sin embargo, desde un punto de vista social, la percepción acerca de las drogas se ve atravesada tanto por el uso que se hace de ellas como por las normas en cada cultura. Por ejemplo, en nuestra cultura vemos como una droga “positiva” a un antibiótico porque se emplea para curar una angina, y como “negativa” a la cocaína porque modifica la conducta esperada de un individuo en un determinado contexto social, y porque causa daño físico y psíquico. También se habla de drogas “blandas” o “duras” en relación con el grado de adicción que puede generar su uso indiscriminado, o abuso. Luego veremos también que se hace referencia a drogas “lícitas” e “ilícitas” de acuerdo con su relación con la ley.



Si bien el consumo de bebidas alcohólicas, al menos en ciertas franjas de edad, no suele inquietar a la opinión pública, es importante recordar que su abuso, en cualquier momento de la vida, puede producir adicción.

EN PROFUNDIDAD

Un análisis del término adicción

La palabra “adicción”, desde un análisis morfológico, se puede descomponer en el prefijo “a”, que significa sin, y “dición”, que significa expresión. La adicción, entonces, se podría interpretar como la incapacidad de expresar los sentimientos. Además, desde un punto de vista histórico, adicción deriva del latín *addictus*, que significó, en distintos momentos “esclavo por deuda” y “deudor”. Así, la adicción puede analizarse como una sujeción, una privación de la libertad y, también, una deuda, ya sea afectiva o material. La adicción, por lo tanto, implicaría no solo la imposibilidad de exteriorizar los sentimientos, sino, también, una búsqueda de “algo” que permita llenar la carencia.

Distintas formas de relación con las drogas

Todas las personas son diferentes, tanto en su aspecto externo como en el funcionamiento de su organismo, o en su forma de percibir y de pensar el mundo, algo que también depende de su contexto familiar, su educación, el momento histórico y la cultura. Por eso, la forma en que las personas establecen vínculos con las sustancias que consumen también es diferente.

Entonces, cuando se habla de adicciones, es muy importante tener en cuenta, por ejemplo, quién es la persona que consume, qué cantidad utiliza, en qué situaciones lo hace, cuáles son sus motivaciones. Así, se puede hablar de una relación de uso, de abuso o de adicción. Es interesante el hecho de que esta clasificación es independiente de que la droga de que se trate sea legal o ilegal.

► **Uso:** a diario, las personas consumen drogas, tanto cuando toman un té, como cuando ingieren un antibiótico para una pulmonía, o un analgésico que alivia el dolor. Incluso, cuando toman una copa de champán en un brindis. Cuando se habla de uso se hace referencia a un consumo esporádico u ocasional. Y esto es comparable a cualquier otro consumo. Por ejemplo, no es lo mismo jugar con los videojuegos algunas veces una hora en la semana, que hacerlo durante cuatro, cinco o más horas, todos los días. Aun así, es preciso recordar que hasta los usos esporádicos pueden generar problemas: una persona que toma alcohol en una fiesta y luego conduce un vehículo podría provocar un accidente.

► **Abuso:** puede producirse, por ejemplo, al ingerir un medicamento sin receta o en dosis superiores a las recomendadas o al alcoholizarse en exceso en una reunión. Es decir, abusar es consumir en exceso y en forma periódica, cualquiera que sea la droga de que se trate. En este caso se dice que existe un vínculo intencional con la droga; el consumo se realiza para “lograr algo”. Por ejemplo, reducir el estrés, llamar la atención o desinhibirse.

► **Adicción:** como mencionamos, en este nivel de consumo, la persona tiene una necesidad física o psíquica de la droga, siente o cree que “no puede vivir” sin ella. La adicción se caracteriza por el uso permanente y compulsivo de la droga, y así empieza a dominar la vida del adicto. Es preciso aclarar que la adicción se extiende más allá de las drogas, y como ya explicamos en páginas anteriores se relaciona con la imposibilidad de expresarse, de relacionarse con los otros, o con algún tipo de carencia (afectiva, económica, etcétera).

Cualquiera de estas prácticas que enumeramos puede resultar peligrosa. Por ejemplo, un consumo por una única vez de un medicamento sin receta médica puede generar una intoxicación o una reacción adversa grave.

Como se desprende de los ejemplos, las drogas forman parte de nuestra vida en muy diversas situaciones. El hecho de que esos consumos resulten o no problemáticos dependerá, como se planteó al comienzo, de la situación individual y social de cada persona.



El uso de medicamentos como estimulantes, tranquilizantes y somníferos sin prescripción médica puede llevar a situaciones de adicción.



Las personas tienen una adicción cuando hacen uso permanente y constante de aquello que la causa, sus vidas giran en torno a ella y tienen una necesidad imperiosa de conseguirlo.

Las drogas psicotrópicas

Las drogas son sustancias químicas que alteran el funcionamiento de nuestro cuerpo. Cuando ingresan en el organismo, “encuentran” el camino hacia el sistema circulatorio y son transportadas a distintas partes, entre ellas, al cerebro. Allí, las drogas llamadas **psicotrópicas** pueden ejercer diferentes efectos, como intensificar o debilitar los sentidos, alterar la atención o disminuir el dolor físico. A su vez, los efectos de las drogas varían según el tipo de que se trate, la cantidad que se administra o la frecuencia con que se utiliza.

Las llamadas **drogas de abuso** (marihuana, cocaína, heroína, etc.) actúan sobre el cerebro interfiriendo en su sistema de comunicación y alterando la forma normal en que las neuronas reciben, procesan y envían información.

Recordá que los **neurotransmisores** son biomoléculas fabricadas por las neuronas que transmiten información de una neurona a otra atravesando el pequeño espacio que las separa, la **sinapsis**. Estos mensajeros se liberan en la extremidad de una neurona durante la propagación del impulso nervioso y actúan en receptores específicos de la membrana de la neurona siguiente enviándole un mensaje, excitando o inhibiendo su funcionamiento. Una vez que cumplen su función pueden ser “recaptados” o metabolizados.

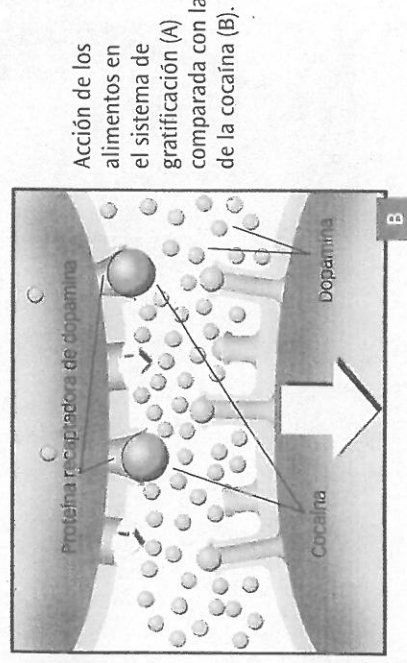
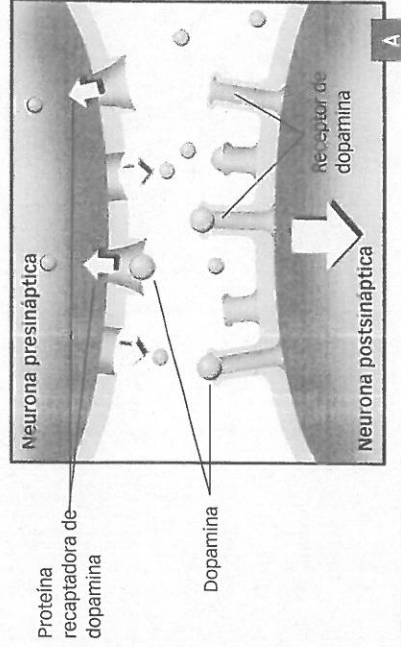
Algunas drogas, como la marihuana y la heroína, pueden activar las neuronas porque su estructura química es similar a la de los neurotransmisores. De este modo, la droga es reconocida por el receptor de la neurona como si fuera el neurotransmisor natural. El “engaño” que produce la droga induce a las neuronas a un funcionamiento dife-

rente. Por lo tanto, la información que las células envían también será diferente.

Otras drogas, como la cocaína, pueden hacer que las neuronas liberen cantidades muy grandes de los neurotransmisores naturales o impiden que una vez que los neurotransmisores naturales cumplan su función sean “recaptados” por las neuronas, por lo cual el efecto que normalmente producen se ve aumentado. Como consecuencia, ocasionan un “gasto extra” del neurotransmisor natural. Eventualmente, el cuerpo se queda sin “reservas”, es decir, sin disponibilidad de esos transmisores, lo que genera efectos perjudiciales. En el caso de la cocaína, por ejemplo, la falta de los neurotransmisores naturales (noradrenalina, serotonina y dopamina), provoca, entre otras consecuencias, un cansancio extremo.

Relación entre las drogas y el placer

Las drogas de abuso inciden, directa o indirectamente, en una zona del cerebro donde reside el denominado **sistema de gratificación**. Este sistema tiene como neurotransmisor a la dopamina, que se encuentra en aquellas regiones del cerebro que regulan el movimiento, las emociones, la cognición, la motivación y los sentimientos de placer. Cuando se consumen ciertas drogas, se liberan mayores cantidades de dopamina, y su efecto sobre el circuito de gratificación del cerebro es mucho mayor que el producido por comportamientos naturales de gratificación, como el comer algo apetitoso. Este efecto es muy poderoso y motiva a las personas a consumir la droga en forma repetida. En la próxima página veremos cuáles son las peligrosas consecuencias de la adicción.



ACTIVIDADES

6. ¿A través de qué mecanismos actúan las drogas de abuso en el cerebro?
7. ¿Qué relación existe entre las drogas y el placer? ¿Por qué el efecto de la droga promueve su consumo repetido?

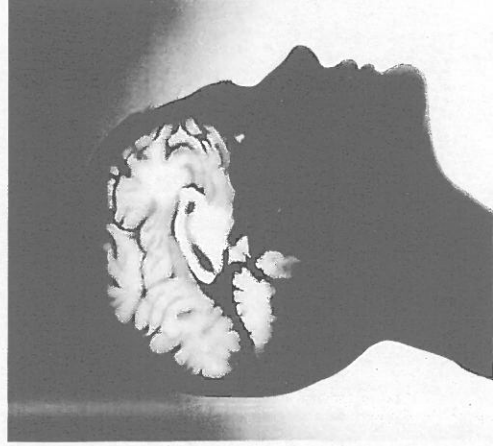
Las consecuencias de la adicción

La adicción a las drogas es un problema de salud porque puede generar graves consecuencias en las personas adictas.

La exposición continuada o crónica a las drogas de abuso, afecta, en principio, el comportamiento del individuo: socava el autocontrol e interfiere en la capacidad de la persona para tomar decisiones, a la vez que transforma las señales que envía el cerebro, motivando la continuación del consumo. Además, el abuso conduce a la tolerancia y a la necesidad de consumir mayores cantidades de droga para conseguir el mismo efecto.

Ya mencionamos que los efectos de las drogas dependen del tipo de sustancia que se consume y de la cantidad o frecuencia con que se lo hace. Veamos el siguiente cuadro.

Tipo de droga	Efecto	Ejemplos
Depresoras	Deprimen el sistema nervioso central. Aunque al principio la manifestación pueda ser eufórica, luego se produce relajación, somnolencia o anestesia, de acuerdo con la dosis, con pérdida de control desde el comienzo del efecto.	Alcohol, marihuana, opiáceos (opio, morfina, heroína).
Estimulantes	Activan el funcionamiento del sistema nervioso central y del cardiovascular.	Tabaco, anfetaminas, cocaína.
Alucinógenas	Alteran la percepción de la realidad, produciendo sensaciones y alucinaciones visuales y auditivas.	LSD, éxtasis.



En algunas enfermedades mentales, las características de la respuesta cerebral son iguales que las de una persona adicta.

¿Qué modificaciones se generan, en consecuencia, en el organismo del individuo y en las relaciones que establece con los otros?

Entre los trastornos fisiológicos se encuentra el síndrome de abstinencia, que se produce cuando la persona adicta se ve imposibilitada de consumir la droga. Suele caracterizarse por cambios en la frecuencia cardíaca y deterioro del sistema nervioso central, entre otras manifestaciones. También se pueden ver afectados algunos de sus otros sistemas, con consecuencias graves: enfermedades pulmonares, ataques cerebrovasculares o distintos tipos de cáncer, entre otras.

Los trastornos psicológicos son más variables y dependen del tipo de droga de que se trate y de las características individuales del consumidor. Por ejemplo, en algunas personas pueden producir estados de depresión, y hasta intentos de suicidio.

También se produce un deterioro en las relaciones que establece el individuo con otras personas o con las instituciones de su comunidad con las que se vincula, es decir, su vida en sociedad. Por ejemplo, puede disminuir su rendimiento laboral o su capacidad intelectual en el estudio, o deteriorarse sus niveles de comunicación con compañeros, amigos y familiares.

Las adicciones y las enfermedades mentales

Actualmente se cuenta con información obtenida de estudios realizados en cerebros de personas adictas y de pacientes con enfermedades mentales. En ellos se ha observado que los procesos químicos cerebrales en ambos son similares, lo que ha permitido comprender la relación que existe entre estas dos situaciones. Las enfermedades mentales, en algunos casos, pueden ser anteriores a la adicción, y en otros, es la adicción la que dispara o agrava ciertos trastornos mentales en personas particularmente vulnerables.

ACTIVIDADES

- ¿Qué efecto paradójico se produce cuando se consumen drogas depresoras?
- ¿Qué clase de trastornos puede sufrir un individuo debido a la adicción? ¿Cómo influyen en su salud y en su vida en sociedad?

Drogas y legalidad

En nuestro país existe legislación específica respecto del uso de drogas. De acuerdo con ella, algunas drogas se consideran **legales** (como los medicamentos, el alcohol y el tabaco) y otras **ilegales** (como la cocaína, la marihuana o el éxtasis). Las drogas ilegales se caracterizan por causar grave daño a la salud y porque su consumo indebido puede generar una dependencia. Es preciso tener en cuenta que las drogas legales también pueden producir un consumo problemático.

La clasificación de la drogas en legales o ilegales no se encuentra necesariamente relacionada con las propiedades de las sustancias ni con sus efectos sobre el organismo. Es, en realidad, una clasificación cultural, por lo tanto, no universal. Así, se suele considerar que las drogas ilegales producen, aparte de trastornos físicos y psíquicos, problemas sociales, mientras que con las legales no ocurre lo mismo. Lo importante a tener en cuenta es que las drogas legales se encuentran dentro de las normas convenientes por la sociedad y, por lo tanto, no se perciben como conflictivas en este aspecto. ➤ **EN PROFUNDIDAD**

Nuevas formas de mirar un mismo problema

Durante las últimas décadas se ha comenzado a revisar las políticas centradas en la **abstención** y la **prohibición** de las drogas ilegales. Muchas estadísticas evidencian que su aplicación ocasionó, por ejemplo, la criminalización de los jóvenes de sectores más desfavorecidos (a través de su procesamiento y encarcelación) y el incremento de las intoxicaciones ocasionadas por el consumo clandestino de las sustancias ilícitas. Además, los estudios demuestran que la legislación que se centra en la penalización no ha ayudado en la disminución del consumo y, en muchos casos, ha incrementado las posibilidades de acción para el narcotráfico, que se instala en el mercado de la ilegalidad. Es decir, la demanda de drogas consideradas ilegales existe en la sociedad, y las personas que se dedican al narcotráfico lucran atendiendo esta demanda por vías que se encuentran fuera de cualquier tipo de control. No ocurre lo mismo con las drogas legales, como el alcohol, del cual se pueden tener datos sobre su producción, distribución y venta. No obstante, otra perspectiva advierte sobre los riesgos de la despenalización, que podría ocasionar un incremento del consumo.

Ambas perspectivas coinciden en plantear que se requieren otros acercamientos al problema, que favorezcan las **acciones de prevención**: mediante la educación integral de las personas, como una de las herramientas fundamentales, se busca evitar la disminución de la edad de inicio en el consumo de sustancias y el pasaje del uso a la adicción, sobre todo en aquellos sectores que no tienen acceso a los sistemas de salud. Esta nueva mirada sobre la prevención se concentra en un trabajo que refuerce las relaciones sociales, sobre todo en el nivel familiar y comunitario, a fin de mejorar los contextos en los que las personas desarrollan sus vidas.

ACTIVIDADES

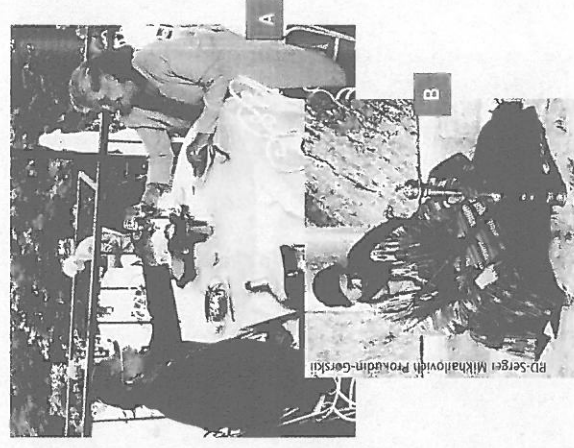
- 10.** ¿Qué criterios se tienen en cuenta para diferenciar una droga legal de una ilegal?

EN PROFUNDIDAD

El consumo de marihuana en la Argentina

El 25 de agosto de 2009 la Corte Suprema absolvió a cinco jóvenes que habían sido detenidos con pequeñas cantidades de marihuana. En ese momento algunos afirmaron que se había despenalizado la marihuana en el país. En realidad, con este fallo quedó establecido que la posesión de pequeñas cantidades de marihuana para consumo personal y que no representen un riesgo para terceros no se considera un delito. No obstante, no se despenalizó en forma general el consumo, la producción y la venta de marihuana ni de otras drogas.

Además, la Corte planteó la importancia de atender la situación de salud de los consumidores, en su carácter de víctimas, en lugar de criminalizarlos, y de perseguir y condenar a los traficantes.



La legalidad de las drogas se relaciona íntimamente con la cultura. Un brindis es algo muy común en Occidente, tanto en las celebraciones familiares como en las reuniones de trabajo (A). Por el contrario, el alcohol está prohibido en muchos países islámicos, en los que fumar hachís es una costumbre aceptada (B).

Drogas legales

Hasta el momento estuvimos analizando, en general, el concepto de droga y su relación con la legalidad.

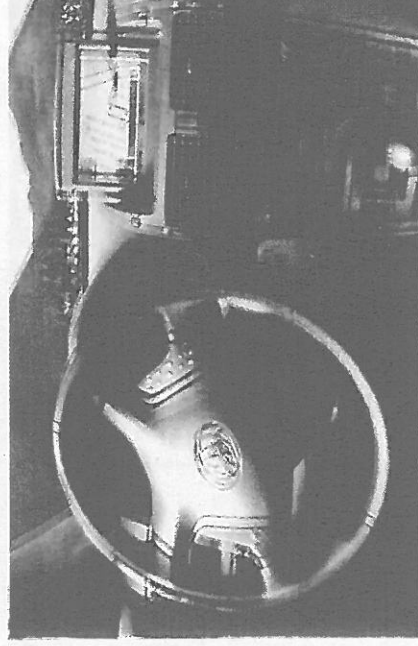
El alcohol y el tabaco son drogas legales en nuestro país y están socialmente aceptadas. Sin embargo, también son fuente de preocupación debido a las consecuencias que puede acarrear su consumo.

El alcohol

El **alcohol** es una droga que, de acuerdo con el contexto histórico, ha sido venerada o prohibida, y ha sido vista tanto como un medio de comunicación con los dioses, como un instrumento del “mal”. En nuestros días, y en particular en nuestro país, es una droga legal, que puede ser adquirida por los mayores de 18 años.

Existen distintos tipos de bebidas alcohólicas: las fermentadas y las destiladas. Las primeras se obtienen mediante la fermentación de frutos o granos por la acción de levaduras, por ejemplo, el vino, la cerveza y la sidra. Las segundas se producen por la destilación de una bebida fermentada, en un proceso que extrae parte del agua que contienen utilizando calor, por ejemplo, el whisky, el ron y el vodka. Las bebidas destiladas, también llamadas blancas, tienen mayor contenido de alcohol (graduación alcohólica) que las fermentadas.

¿Cómo actúa el alcohol en nuestro organismo? Su principio activo es el **etanol** o **alcohol etílico**, que al ser ingerido pasa rápidamente (en pocos minutos) al sistema circulatorio, y de allí, al sistema nervioso. Entre sus efectos más importantes se pueden mencionar la desinhibición que produce (deprime las funciones de autocontrol y de autocritica), su interferencia en la coordinación motora y



Las personas alcoholizadas sufren de vértigo: una sensación desagradable que les hace suponer que los objetos están en movimiento.

el hecho de que dificulta la respiración y la circulación. Su abuso, en el caso del **alcoholismo** (ver más abajo), puede provocar gastritis, úlceras, cirrosis, trastornos de la sexualidad e infertilidad, además del problema social que involucra conductas violentas y conflictos familiares, laborales o educativos. ➤ **EN PROFUNDIDAD**

Diversos estudios han mostrado que en la Argentina su consumo se ha incrementado en las últimas décadas, además de ser la droga con mayor aceptación social. Hoy el alcoholismo es la primera drogodependencia en la Argentina, y si bien afecta fundamentalmente a los adultos, se ha convertido en una importante problemática entre los adolescentes.

Además, la Cuarta Encuesta Nacional realizada a estudiantes del nivel medio de todo el país en 2009 indicó que 766.743 estudiantes tomaron algún tipo de bebida alcohólica en el último mes anterior a realizada la encuesta, es decir, el 46,3% del total de la muestra.

EN PROFUNDIDAD

Diferentes relaciones con el alcohol

No todas las personas establecen la misma relación con el alcohol. Podemos diferenciar a los abstemios, que no lo consumen en absoluto; a los bebedores moderados, que consumen pequeñas cantidades durante las comidas, o a los bebedores sociales, que lo consumen en fiestas o reuniones, en forma esporádica, y pueden llegar o no a embriagarse.

Pero existen otros casos en los que la relación se establece por una búsqueda de valor o placer, y se transforma en un consumo frecuente. En ese caso se habla de bebedores habituales. En esta categoría encontramos a los bebedores excesivos, que consumen alrededor de un litro de vino (o su equivalente en alcohol) diario, y pueden embriagarse aunque no presentan dependencia. El caso más extremo es el del alcoholismo, en el cual se produce dependencia, y ante la falta de consumo se genera el síndrome de abstinencia.

ACTIVIDADES

11. ¿Por qué una droga legal como el alcohol es también un problema social?
12. ¿Por qué los adolescentes consumen alcohol? ¿Cuál es tu opinión al respecto?
13. ¿Es más peligroso consumir bebidas “blancas” que vino o cerveza? Para contestar, tené en cuenta la información que leiste en esta página.

El tabaco

Al igual que el alcohol, el **tabaco** es una droga socialmente aceptada y su consumo tiene una alta incidencia en nuestro país, a pesar de las restricciones que hoy existen, por ejemplo, para su consumo en lugares públicos.

En los últimos años, si bien estas restricciones han comenzado a generar una visión social negativa respecto del consumo, se ha observado un afianzamiento del tabaquismo entre los adolescentes, sobre todo entre las chicas. ➤ **EN PROFUNDIDAD**

Esta problemática se asocia con más de 25 enfermedades, entre ellas varios tipos de cáncer, trastornos cardiovasculares, interrupción de embarazos y bajo peso en los recién nacidos. A esto se le suma el efecto social, ya que la contaminación que genera en el ambiente expone al riesgo de enfermedades a las personas no fumadoras, a las que se denomina **fumadores pasivos**.

En la combustión del tabaco se producen gases, vapores y partículas en suspensión que el humo transporta hacia los pulmones y que actúan sobre todo el sistema respiratorio. Algunas de ellas pasan a la sangre desde donde afectan a otros tejidos y órganos del cuerpo. Entre las sustancias tóxicas más importantes se encuentran la nicotina, sustancias irritantes, el alquitrán y otros agentes cancerígenos, además del monóxido de carbono.

El mayor problema que ocasiona el humo del cigarrillo es la paralización de las cilias, unas estructuras similares a “pelitos” que poseen las células que tapizan el tracto respiratorio, y cuyos movimientos ayudan a eliminar partículas nocivas. Al impedir su movimiento, las cilias son inactivadas cuando más se las necesita, es decir, cuando es necesario que se eliminen las sustancias tóxicas que ingresan con el humo.

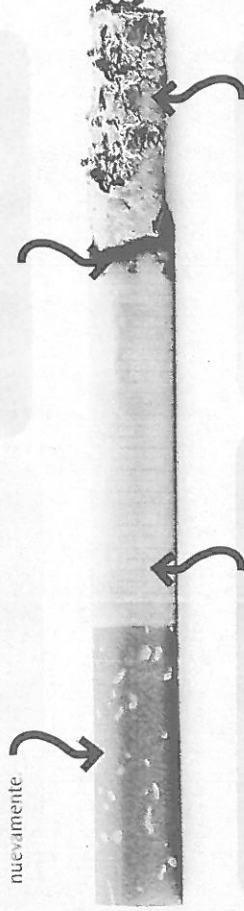
Vemos los efectos específicos que producen algunas de estas sustancias nocivas al ingresar en nuestro cuerpo.

Nicotina

Es la responsable de la mayoría de los efectos del tabaco y la que genera la dependencia física. Permanece en la sangre no más de dos horas y, a medida que se reduce su concentración, el fumador adicto comienza a percibir los síntomas que lo llevan a fumar nuevamente.

Alquitrán y agentes cancerígenos

Constituyen un grupo de sustancias directamente relacionadas con la aparición de cáncer. Al no poder ser eliminadas por el movimiento de las cilias, su presencia favorece el desarrollo del cáncer de pulmón.



Acroleína, fenoles, peróxido de nitrógeno, ácido clorhídrico y amoníaco
Generan congestión bronquial, estimulan las glándulas secretoras de moco (que se produce en mayor cantidad y no puede ser eliminado por la paralización de las cilias) y alteran la acción de los mecanismos de defensa del pulmón, favoreciendo las infecciones y la bronquitis crónica y el enfisema pulmonar.

Monóxido de carbono
Tiene una gran afinidad con la hemoglobina de los glóbulos rojos. Debido a esto, disminuye la capacidad de la sangre para transportar el oxígeno. Sus efectos se observan principalmente en los sistemas nervioso y circulatorio.

EN PROFUNDIDAD

¿Por qué fuman las personas?

Los especialistas consideran que la mayoría de las personas se relaciona con el cigarrillo por motivos psicosociales, y luego continúa haciéndolo por la dependencia fisiológica y psicológica que genera el consumo. La mayoría de los fumadores, de distinta edad y sexo, afirman que comenzaron a fumar por factores asociados a sus grupos de pertenencia o al entorno familiar o íntimo. Si tenemos en cuenta que el tabaco es una droga de uso legal, que se puede comprar en cualquier kiosco, y está sostenida por importantes campañas publicitarias en todos los medios de comunicación, no debería resultar extraño que muchas personas ¿decidan? relacionarse con el cigarrillo.

También hay que destacar que, una vez que se ha comenzado a fumar, la nicotina genera una dependencia física: un fumador que intente disminuir la cantidad diaria de cigarrillos que fuma, sufrirá un síndrome de abstinencia evidenciado en una incomodidad física, a lo que se suma la dependencia psicológica, asociada con su efecto reductor de la ansiedad.



Si bien se cree que el tabaco es una droga relajante, es un estimulante. En realidad, lo que sucede es que cuando ya se ha generado un hábito, fumar un cigarrillo calma la ansiedad provocada por su falta en aquellos momentos que la persona asocia con el consumo.

Drogas ilegales

¿Qué drogas se consideran ilegales en nuestro país? Cómo vimos, la legislación argentina tiene en cuenta aquellas que pueden producir un grave daño y aquellas cuyo consumo indebido provoca dependencia. Entre ellas podemos mencionar: la marihuana, la cocaína, la heroína, el opio, el éxtasis, las anfetaminas, pasta base de cocaína o “paco” y las sustancias inhalantes. A continuación, se desarrollan algunos ejemplos:

► **Marihuana:** ya comentamos que se extrae de la planta *Cannabis sativa*, que se cultiva en regiones templadas y cálidas desde hace más de 5.000 años. Su principio activo, el tetrahidrocannabinol (THC), ingresa al torrente sanguíneo cuando se fuman las hojas de la planta. A los cigarrillos de marihuana se los conoce como “porros” o “fasos”. Su consumo provoca sensación de euforia, desinhibición, pérdida de la noción del tiempo, aumento de la percepción y el apetito. Produce dependencia psicológica y su consumo repetido puede ocasionar daños en el tejido cerebral y aumentar la propensión al cáncer de pulmón. Del *Cannabis* también se obtiene el hachís, que se menciona en el famoso libro *Las mil y una noches*, que data del siglo X.

► **Cocaína:** se piensa que los pueblos precolombinos de los Andes ya cultivaban la planta de coca hace más de 4.500 años y masticaban sus hojas (práctica denominada “coqueo”) o las utilizaban en infusiones. Mediante un proceso químico se extrae de las hojas el principio activo: clorhidrato de cocaína, un polvo blanco que se aspira o se fuma (*crack*). Esta última forma tiene un efecto mucho más potente. Esta droga causa tanto adicción física como psíquica. Entre otros efectos, produce euforia, hiperactividad y aumento de la actividad cardíaca, generando graves daños en el sistema nervioso.

► **Éxtasis:** es una droga sintética, es decir, producida de manera artificial en un laboratorio. Provoca euforia, disminuye el cansancio, distorsiona la percepción y el tiempo. Se consume por vía oral, en forma de cápsulas o pastillas. Produce tolerancia y dependencia, y alteraciones psicológicas como depresiones, psicosis, trastornos cognitivos y de memoria. El consumo de éxtasis junto con el alcohol puede desencadenar un cuadro conocido como “golpe de calor”, con alto riesgo de deshidratación. Por esto los consumidores de éxtasis sienten una necesidad imperiosa de beber agua en grandes cantidades.

► **Pasta base de cocaína o paco:** en los últimos años se ha convertido en la droga que más daño causa y cuyo consumo más ha aumentado. Entre otros efectos, genera confusión, excitación psicomotriz, delirio, paranoia. Las consecuencias de su consumo van desde convulsiones y daño en el tejido cerebral hasta derrame cerebral, además de producir lesiones y mal funcionamiento de los sistemas circulatorio, digestivo y respiratorio. Es altamente adictiva, lo que se explica por la brevísima duración de su efecto (5 a 10 minutos), que genera una compulsión a seguir consumiendo.



El consumo de hachís se menciona en *Las mil y una noches*.



El éxtasis, como toda droga alucinógena, altera la percepción de la realidad.

Actividades

14. ¿Por qué creés que algunas personas consumen sustancias ilegales? ¿A qué peligros se enfrentan?
15. De acuerdo con datos estadísticos, las drogas ilegales más consumidas en la Argentina son la cocaína y la marihuana. Investigá sobre las razones de este consumo.

Las adicciones pueden prevenirse

Para intentar comprender la problemática del consumo de drogas es importante comenzar a reflexionar sobre los propios actos, sobre nuestra responsabilidad, y analizar de qué manera cada uno de nosotros nos vinculamos con los objetos, entendiéndolos como “algo que está ahí afuera”, ya sea una sustancia, una costumbre, una actividad.

Para el caso particular que hemos desarrollado en este capítulo, las relaciones que cada persona establecerá con el objeto droga estarán vinculadas con un determinado entorno en el que esa persona se desarrolla. Por esta razón, los lazos de cada individuo con la comunidad en la que vive son cruciales.

La adicción no es un problema individual sino **social**. No vivimos aislados, vivimos en una comunidad. Entre los factores sociales que favorecen el desarrollo de adicciones se encuentran la pobreza, la exclusión social, la inseguridad en relación con los proyectos de vida, la distorsión de los valores, la falta de afecto o las presiones laborales.

Por eso, hoy las principales acciones de prevención apuntan al fortalecimiento de los lazos sociales en las comunidades, porque se entiende que el problema no es solo la droga en sí, sino los factores que generan la adicción. Una de las acepciones del término **prevenir** es “disponer con anticipación lo necesario para un fin”. Así, todas las acciones deben basarse en la comunicación social, tanto en los ámbitos de estudio, como en la familia, en el trabajo y en todas las instancias de la vida en comunidad, para poder realizar los ajustes necesarios en las relaciones que se establecen en una comunidad.

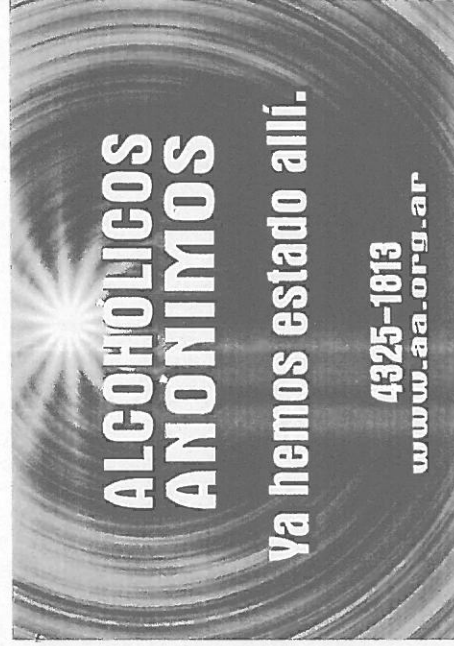
La importancia de la escuela

Las miradas actuales respecto de las adicciones han asignado al rol de la educación, y de la escuela en particular, una importancia central en la prevención. Los chicos pasan una gran parte de sus vidas en la escuela; allí se vinculan con sus pares, pueden compartir ideas, miedos, deseos, y también pueden comenzar a construir proyectos de vida.

La escuela es un espacio social que ofrece la posibilidad de consultar las dudas en relación con el consumo de drogas y las problemáticas que se derivan de este. Por ejemplo, a qué lugares recurrir en caso de considerar que se tiene un problema (ya sea propio o de amigos o familiares), como los centros públicos de asistencia médica, los servicios especializados en adolescencia, o las fundaciones y asociaciones que brindan asistencia para las personas con adicciones (por ejemplo, Alcohólicos Anónimos).



La escuela cumple un rol fundamental en la prevención de las adicciones.



Alcohólicos Anónimos es una organización internacional, con miembros en alrededor de 150 países. El único requisito que se solicita para ser miembro es querer dejar la bebida. Su objetivo primordial es “mantenerse sobrios y ayudar a otros alcohólicos a alcanzar el estado de sobriedad”.

ACTIVIDADES

16. ¿Por qué se dice que la adicción no es un problema individual sino social?
17. Analizá cómo se establecen distintas relaciones sociales en tu comunidad.
- a) ¿Considerás que esto favorece o no el desarrollo de adicciones?
- b) Explicá el porqué de tu respuesta. ¿Creés que es necesario modificar esas relaciones? ¿cómo?

